

**UČNI NAČRT PREDMETA / COURSE SYLLABUS**

<b>Predmet:</b>	Sodobne teorije in raziskave stresa in travme
<b>Course title:</b>	Contemporary Theories and Research on Stress and Trauma

Študijski program in stopnja Study programme and level	Študijska smer Study field	Letnik Academic year	Semester Semester
Sociologija in psihosocialne študije, 3. stopnja	Psihosocialne študije	Prvi	Drugi
Sociology and Psychosocial Studies, 3rd level	Psychosocial Studies	First	Second

**Vrsta predmeta / Course type** Izbirni / Elective

**Univerzitetna koda predmeta / University course code:** STRST / CTRST

Predavanja Lectures	Seminar Seminar	Vaje Tutorial	Klinične vaje Work	Druge oblike študija	Samost. delo Individ. work	ECTS
10	30				410	15

**Nosilec predmeta / Lecturer:**

Doc. dr. Tjaša Stepišnik Perdih / Assist. Prof. Tjaša Stepišnik Perdih, Ph.D  
(nosilec je v vlogi koordinatorice, ker pri izvajanju predmeta sodeluje več visokošolskih učiteljev) / (the lecturer plays the role of coordinator since several lecturers participate in the course)

**Jeziki / Languages:** **Predavanja / Lectures:** Slovenski, Angleški / Slovenian, English  
**Seminar / Seminar:** Slovenski, Angleški / Slovenian, English

**Pogoji za vključitev v delo oz. za opravljanje študijskih obveznosti:**

Vpis v 1. letnik študija.

**Prerequisites:**

Enrollment in the first year.

**Vsebina:**

**Content (Syllabus outline):**

- teoretični modeli razumevanja stresa;
- psihofiziologija in njena uporabnost v raziskavah stresa in travme;
- obvladovanje stresa;
- izgorelost in njene oblike;
- psihološka travma in odzivi nanjo;
- posttravmatska rast.

- theoretical models of understanding stress;
- psychophysiology and its applicability in stress and trauma research;
- stress management;
- burnout and its forms;
- psychological trauma and responses to it;
- post-traumatic growth.

### Temeljni literatura in viri / Readings:

BAIG, Muhammad Z. in KAVAKLI, Manolya Kavakli. A Survey on Psycho-Physiological Analysis & Measurement Methods in Multimodal Systems. *Multimodal Technologies and Interaction*, 2019, letn. 3, št. 2, <https://doi.org/10.3390/mti3020037>.

LOHANI, Monika, et al. A Review of Psychophysiological Measures to Assess Cognitive States in Real-World Driving. *Frontiers in human neuroscience*, 2019, letn. 13, str. 1-27.

PORGES, Stephen W. in DEB, Dana. *Clinical Applications of the Polyvagal Theory: The Emergence of Polyvagal-Informed Therapies*. NY: W. W. Norton & Company, 2018.

CVETEK, Robert. *Bolečina preteklosti: travma, medosebni odnosi, družina, terapija*. Celje: Celjska Mohorjeva družba, 2009.

HILL RICE, Virginia. *Handbook of Stress, Coping, and Health: Implications for Nursing Research, Theory, and Practice*. London: SAGE Publications, Inc, 2012.

Gradivo, obravnavano na predavanjih in seminarju. / Materials discussed during lectures and seminar.

### Priporočena literatura / Advised readings:

FISHER, Janina. *Healing the fragmented selves of trauma survivors. Overcoming Internal Self-Alienation*. New York: Routledge, 2017.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Uporaba prevodnosti kože pri raziskovanju čustev. *Anthropos: časopis za psihologijo in filozofijo ter za sodelovanje humanističnih ved*, ISSN 0587-5161, 2018, letn. 50, št. 3/4, str. 39-52.

HAFNER, Mateja, IHAN, Alojz. *Prebujanje: Psiha v iskanju izgubljenega Erosa – psihonevroimunologija*. Ljubljana: Alpha center: Inštitut za preventivno medicino, 2014.

**Cilji in kompetence:**

**Objectives and competences:**

Cilj predmeta je pridobitev poglobljenega znanja na predmetnem področju, razvoj kritične refleksije s poglobljenim in abstraktnim razmišljanjem in sposobnost sinteze novih in kompleksnih idej na znanstvenem in aplikativnem področju.

Pridobitev splošnih kompetenc:

- sposobnost avtonomnega identificiranja danega raziskovalnega problema, njegove analize ter možnih rešitev;
- izrazito avtonomno ustvarjanje novega znanja, ki pomeni relevanten prispevek k razvoju znanosti;
- sposobnost kompleksnega systemskega pogleda na družbo in interdisciplinarnega pristopa, ki se kaže kot razumevanje splošne strukture družbenih ved ter povezanosti med njihovimi posameznimi disciplinami in poddisciplinami;
- zavezanost profesionalni etiki, ki vključuje visoko razvito zmožnost odgovornega presojanja posledic uporabe novega znanja v različnih kontekstih.

Pridobitev predmetno-specifičnih kompetenc:

- sposobnost operacionalizacije abstraktnih teoretskih konceptov na visoki ravni zahtevnosti;
- razvoj veščin in spretnosti v uporabi znanja na raziskovalnem področju ter sorodnih disciplinah;
- poglobljeno razumevanje aktualnih teoretskih predpostavk in sodobnih raziskav stresa, travme in psihofiziologije.

The objective of the course is to acquire in-depth knowledge in the subject area, the development of critical reflection with in-depth and abstract thinking and the ability to synthesize new and complex ideas in the scientific and applied field.

Acquisition of general competences:

- ability to autonomously identify a given research problem, perform analysis and provide possible solutions;
- highly autonomous creation of new knowledge, which represents a relevant contribution to the development of science;
- ability of a complex systemic view of society and an interdisciplinary approach, which manifests itself as an understanding of the general structure of the social sciences and the connection between their individual disciplines and subdisciplines;
- commitment to professional ethics, which includes a highly developed ability to responsibly assess the consequences of the use of new knowledge in various contexts.

Acquisition of course-specific competences:

- ability to operationalize abstract theoretical concepts at a high level of complexity;
- the development of abilities and skills to apply knowledge for research in the field of the research and related disciplines;
- in-depth understanding of current theoretical assumptions and contemporary research on stress, trauma and psychophysiology.

### **Predvideni študijski rezultati:**

Znanje in razumevanje:

Študent/ka:

- izkazuje poglobljeno poznavanje in razumevanje aktualnih teoretskih spoznanj iz relevantnega področja;

### **Intended learning outcomes:**

Student:

- demonstrates an in-depth understanding of current theoretical assumptions in the relevant field;

<ul style="list-style-type: none"> <li>- izraža sposobnost samostojnega raziskovanja na področju stresa, travme in psihofiziologije;</li> <li>- prezentira lastne raziskovalne izsledke v znanstvenih publikacijah.</li> </ul>
--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- expresses the ability of the independent research in the field of stress, trauma and psychophysiology;</li> <li>- presents his / her own research findings in scientific publications.</li> </ul>
--

**Metode poučevanja in učenja:**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- predavanja z aktivno udeležbo študentov (razlaga, diskusija, vprašanja, primeri, reševanje problemov);</li> <li>- seminarsko delo (diskusije, projektno delo, timsko delo, metode kritičnega mišljenja);</li> <li>- uporaba spletne učilnice oziroma drugih sodobnih IKT orodij;</li> <li>- individualno raziskovalno delo študentov.</li> </ul>
---

**Learning and teaching methods:**

<ul style="list-style-type: none"> <li>- lectures with active participation of students (explanations, discussion, cases, problem-solving);</li> <li>- seminar work (discussions, project work, team work, methods of critical thinking);</li> <li>- use of online classroom or other contemporary ICT tools;</li> <li>- individual research work.</li> </ul>
---

Delež (v %) /

Weight (in %)

**Načini ocenjevanja:**

**Assessment:**

<p>Način (pisni izpit, ustno izpraševanje, naloge, projekt):</p> <p>Izpitna naloga v obliki znanstvenega članka (najmanj 5000 besed)</p> <p>Ocenjevalna lestvica – skladno s Pravilnikom o preverjanju in ocenjevanju znanja.</p>	<p>100</p>	<p>Type (examination, oral, coursework, project):</p> <p>Essay in the form of a scientific article (at least 5000 words)</p> <p>Grading scale - in accordance with the Rules of examination and evaluation of knowledge.</p>
---	------------	--

**Reference nosilca / Lecturer's references:**

<p>KRIVEC, Jana, STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Comparison of self-perception between Slovenian, Finnish and Lebanese students = Primerjava samozaznave pri slovenskih, finskih in libanonskih študentih in študentkah. <i>Kairos: slovenska revija za psihoterapijo</i>, ISSN 1854-9373. [Tiskana izd.], 2019, letn. 13, št. 3/4, str. 155-175.</p> <p>RAPUŠ-PAVEL, Jana, STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Značilnosti prehodov mladih v smeri statusne praznine. V: DEKLEVA, Bojan (ur.), RAPUŠ-PAVEL, Jana (ur.), ZORC-MAVER, Darja (ur.). <i>Prehodi v svet dela - izbira ali nuja?</i>, (Socialno pedagoške teme). Ljubljana: Pedagoška fakulteta, 2007, str. 104-123.</p> <p>STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Uporaba prevodnosti kože pri raziskovanju čustev. <i>Anthropos: časopis za psihologijo in filozofijo ter za sodelovanje humanističnih ved</i>, ISSN 0587-5161, [Tiskana izd.], 2018, letn. 50, št. 3/4, str. 39-52.</p>
---

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Čustveno procesiranje in relacijska zakonska in družinska terapija = Emotional processing and relational marital and family therapy. *Kairos: slovenska revija za psihoterapijo*, 2018, letn. 12, št. 3/4, str. 143-163. STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Osebnostne lastnosti in vrstni red rojstva = Birth order and personality traits. *Socialna pedagogika*, ISSN 1408-2942, okt. 2011, letn. 15, št. 3, str. 223-242.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Dissociative symptoms in young adults in Slovenia. V: *Proceedings of 104th the IRES International Conference, Rome, Italy, 20th-21st February, 2018*. Rome: [s. n.], 2018, str. 10- 13.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. TRE for breast cancer survivors. V: *The legacy of trauma and dissociation: body and mind in a new perspective: abstracts, panels & simposia, 7th Biennial ESTD Conference, Rome, October 24-26, [Rome: s. n. 2019]*, str. 12.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Navezanost in travma: poročilo z mednarodnega kongresa v Rimu od 19. do 21. septembra 2014 = Attachment and trauma: report from the international congress in Rome, 19th to 20st of September 2014. *Kairos: slovenska revija za psihoterapijo*, ISSN 1854-9373. [Tiskana izd.], 2015, letn. 9, št. 4, str. 159-164.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Disociacija: način, kako preživeti v odnosih. V: JEREBIC, Sara (ur.). *Zbornik povzetkov in člankov*. Elektronska izd. PDF. Ljubljana: Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije, 2018, str. 33.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. TRE kot terapevtova skrb zase. V: GANC, Damijan (ur.). *Medsebojni odnosi in spremembe v terapiji: zbornik povzetkov in člankov*. Ljubljana: Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije, 2016, str. 16.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Senzomotorična psihoterapija. V: GANC, Damijan (ur.). *Kvaliteta (so)bivanja: zbornik povzetkov in člankov*. [S. l.: s. n. 2015], str. 8.

STEPIŠNIK PERDIH, Tjaša. Kaj mi pravi tvoj obraz? V: GANC, Damijan (ur.). *Odnosi na križišču sodobnega časa: zbornik povzetkov in člankov*. [S. l.: s. n. 2014], str. 14.

Predavateljica ima več let svojo terapevtsko prakso, delala pa je tudi kot svetovalna delavka in učiteljica za dodatno strokovno pomoč. / Lecturer has its own therapeutic practice for several years and has also worked as a school counsellor and teacher for additional professional help.